info@payamdaily.ir

تحتین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۶۶۹
دوشنبه / ۲۶ آذر / ۱۴۰۳
۱۴ / جمادی الثانیه / ۱۴۴۶
16 / December / 2024

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۲۲۵۳۲۸۳۸-۲۲۵۳۲۴۲۴-۰۲۶، فکس: ۲۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ۶۷/۸۰
چاپ: کارگر

فال روز

امروز با حافظ

اگر روم ز پی‌اش فتنه‌ها برانگیزد
ور از طلب بنشینم به کینه برخیزد
و گر به رهگذری یک دَم از وفاداری
چو گَرد در پی‌اش افتم چو باد بُگریزد

فال قرآن

رهروی باید که اندر راه
ایمان پی نهد
تا ز دل پیمانه غم بر سر
پیمان کشد

سنایی

اوقات شرعی

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۳۹	۰۷:۰	۱۲:۰۳	۱۶:۵۴	۱۷:۱۴

برگه

این که افراد ریسک پذیر نیستند و هرگز ریسک نمی‌کنند، خطرناک‌تر از ریسک کردن است...

اریکاجونگ

اشاره

شما به گفت‌وگوی ویژه دعوتید؛ همه حرف‌هایتان را با خود بیاورید

شما و خودمان را به یک گفت‌وگوی ویژه دعوت می‌کنیم؛ این گفت‌وگو می‌تواند اتفاق بزرگی برای همه ما باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تابناک؛ ما ایرانیان در میان آرزوها، امیدها و ناامیدی‌های شخصی با مشترک یک حسرت مشترک نیز داریم. حسرتی که به نظر می‌رسد اکثریت جامعه ما با آن می‌سوزند و می‌سازند.

صحبت از یک حسرت مشترک در بین ما ایرانیان است. مساله‌ای که اصلا مساله نیست و بیش تر می توانست به راحتی حل شود؛ اکثر ما در برابر نزدیک‌ترین فرد زندگی‌مان و عزیزترین فرد در حیاتمان، حرف یا حرف‌های ناگفته‌ای داریم که جرات نکرده‌ایم به زبان بیاوریم. علتش هر چه باشد، مهم نیست. مهم حسرتی است که از نبود گفت‌وگو و بلد نبودن آن با یاد نگرفتن در ما شکل گرفته و چه بسا همین حسرت، تبدیل به عقده‌ها، رفتاری شود. گفت‌وگو به عنوان یک ابزار اساسی در ایجاد و تقویت روابط اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی شناخته می‌شود. در این راستا، جامعه‌شناسان بر اهمیت تعاملات مؤثر در سطوح مختلف اجتماعی تأکید می‌کنند. یکی از این جامعه‌شناسان، با اشاره به چالش‌های موجود در ایران، به بررسی تأثیر دولت بر فرهنگ گفت‌وگو و تعاملات اجتماعی پرداخته است.

اهمیت گفت‌وگو

گفت‌وگو نه تنها در روابط خانوادگی بلکه در تعاملات گروه‌های اجتماعی و ارتباط دولت با مردم نیز ضروری است. این تعاملات می‌توانند به شکل‌گیری فهم مشترک، همبستگی اجتماعی و کاهش تنش‌ها کمک کنند اما در ایران، تمرکز منابع و تصمیم‌گیری‌ها در دست دولت، فضای گفت‌وگو را محدود کرده است.

نتایج منفی عدم گفت‌وگو

نتیجه این وضعیت، افزایش پرونده‌های قضایی، طلاق و دیگر مشکلات اجتماعی است. عدم وجود یک بستر مناسب برای گفت‌وگو، به افزایش تنش‌ها و کاهش همبستگی اجتماعی منجر می‌شود. در این شرایط، افراد به جای همکاری، به دنبال حل مشکلات خود از طریق نهادهای دولتی هستند و این وابستگی می‌تواند به بحران‌های عمیق‌تری منجر شود. این را، دشیر گراوند، پژوهشگر و صاحب‌نظر اجتماعی، در گفت‌وگو با خبرنگار اجتماعی تابناک عنوان می‌کند و معتقد است، وقتی تعامی ابزارهای اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و امنیتی در اختیار دولت باشد، افراد و گروه‌های اجتماعی عملاً انگیزه‌ای برای گفت‌وگو و همکاری با یکدیگر نخواهند داشت. این وابستگی به دولت، موجب می‌شود که گروه‌های اجتماعی به جای یافتن نقاط مشترک به رقابت و حتی تقابل با یکدیگر بپردازند.

نقش دولت در ترویج گفت‌وگو

دولت‌ها می‌توانند با ایجاد بسترهای مناسب به ترویج فرهنگ گفت‌وگو کمک کنند. این شامل ایجاد فضاهای عمومی، برای تبادل نظر، حمایت از سازمان‌های غیردولتی و تشویق به مشارکت فعال شهروندان است. دولت‌ها باید به جای تمرکز بر کنترل و نظارت، به تسهیل گفت‌وگو و تعاملات اجتماعی بپردازند.

دعوت به تمرین

این جامعه‌شناس از همه شهروندان دعوت می‌کند تا در تمرین گفت‌وگو با یکدیگر مشارکت کنند. این تمرین می‌تواند به تقویت روابط اجتماعی، کاهش تنش‌ها و ایجاد جامعه‌ای همدل و همکار منجر شود. در نهایت، ایجاد یک فرهنگ گفت‌وگو محور نیازمند همکاری همه جانبه دولت و مردم است. گراوند، پژوهشگر و صاحب‌نظر اجتماعی، درباره چالش‌ها و ضرورت‌های تعامل اجتماعی در ایران، به بررسی موانع و پیامدهای نبود فرهنگ گفت‌وگو پرداخت. وی تأکید کرد که ضعف در برقراری ارتباط سازنده میان افراد، گروه‌های اجتماعی، و حتی ارتباط میان مردم و دولت، از مهم‌ترین دلایل گسترش مشکلات اجتماعی در ایران است.

گفت‌وگو ضرورت است

گراوند با اشاره به اهمیت تعامل در سطوح مختلف اجتماعی گفت: «گفت‌وگو یک ضرورت انکارناپذیر است. از روابط خانوادگی گرفته تا تعامل گروه‌های اجتماعی، ارتباط دولت با مردم و حتی روابط بین‌المللی. هر کدام از این سطوح نیازمند بستری مناسب برای شکل‌گیری ارتباطات مؤثر هستند. اما در ایران، به دلیل تمرکز منابع و تصمیم‌گیری‌ها در دست دولت، این فضا محدود شده است. مردم به جای همکاری با یکدیگر، نگاهشان به دولت دوخته شده و بنوعی همه‌چیز از مجرای دولت تعریف می‌شود».

نبود فلسفه زیستن مشترک

این پژوهشگر اجتماعی همچنین به موضوع ازدواج و طلاق اشاره کرد و گفت: «یکی از مشکلات اصلی نظام اجتماعی ما نبود یک فلسفه زیستن مشترک است. ما هنوز نتوانسته‌ایم ارزش‌ها و اهداف متعالی را در جامعه نهادینه کنیم. مدارس، دانشگاه‌ها، خانواده‌ها و سایر نهادهای فرهنگی و اجتماعی در این زمینه عملکرد موفقی نداشته‌اند. به همین دلیل، بسیاری از افراد در مسیر زندگی خود دچار سردرگمی هستند و نمی‌دانند اهداف و اولویت‌های اصلی‌شان چیست». وی با ارائه آماری گفت: «برای مثال، نرخ طلاق در شهر تهران در ایران طی سال‌های اخیر افزایش یافته، اما این افزایش به دلیل بلوغ آگاهانه نبوده، بلکه به دلیل شرایط اجتماعی و اقتصادی بوده است. ما نیازمند بازنگری در رویکردهای فرهنگی و اجتماعی خود هستیم تا بتوانیم این تغییرات را به سمت اهداف متعالی هدایت کنیم».

ضرورت بازسازی روابط اجتماعی

ارشیر گراوند در ادامه سخنان خود بر اهمیت بازسازی روابط میان مردم تأکید کرد و گفت: «هر جامعه‌ای که افراد نتوانند با یکدیگر تعامل کنند، شکوفایی فردی و اجتماعی ممکن نیست. شکوفایی فردی تنها زمانی معنا پیدا می‌کند که افراد در کنار دیگران رشد کنند و این رشد متقابل باشد. در غیر این صورت یک فرد موفق اما منزوی، نمی‌تواند تأثیری مثبت بر جامعه بگذارد و خود نیز از شکوفایی جمعی محروم می‌ماند». او همچنین هشدار داد: «اگر جامعه‌ای فلسفه زیستن مشترک نداشته باشد، افراد در مسیر زندگی خود دچار انزوا یا رفتارهای نابسازگار می‌شوند. این وضعیت موجب افزایش آمار طلاق، بیکاری، اعتیاد و سایر آسیب‌های اجتماعی می‌شود جامعه ما باید به‌سوی خلق ارزش‌های مشترک حرکت کند و این تنها از طریق تقویت فرهنگ گفت‌وگو و تعامل سازنده ممکن است».

راهکارهای پیشنهادی

ارشیر گراوند در پایان این گفت‌وگو به ارائه راهکارهایی برای بهبود وضعیت اجتماعی پرداخت و گفت: «ایجاد بستری برای گفت‌وگو در سطوح مختلف اجتماعی، بازنگری در سیاست‌های متمرکز دولت، و توانمندسازی نهادهای مردمی از جمله اقداماتی است که می‌تواند به بهبود وضعیت تعاملات اجتماعی کمک کند. همچنین، نظام آموزشی و رسانه‌ها باید نقش فعالی در ترویج ارزش‌های مشترک و اهداف متعالی ایفا کنند». این پژوهشگر تأکید کرد که بدون تغییر در نگاه و عملکرد اجتماعی، جامعه‌ای موجود همچنان پذیرا خواهند ماند و جامعه به‌سوی تنش‌های بیشتر حرکت خواهد کرد.

گزارش روز

چرا این روزها آمریکایی‌ها زیاد به عراق می‌روند؟

در روزهای گذشته شاهد سفر چندین مقام بلندپایه آمریکایی به عراق بودیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، در روزهای گذشته شاهد سفر چندین مقام بلندپایه آمریکایی به عراق بودیم. گوریلا و بلینکن فقط دو نفر از این مقامات بودند که اسامی آن‌ها فاش شده است. این سفرها از نگاه دقیق‌تر نشان‌دهنده رویکردی پیچیده‌تر در سیاست خارجی آمریکا در قبال عراق و کل منطقه غرب آسیاست و می‌توان آن‌ها را از چند جنبه راهبردی، سیاسی و منطقه‌ای بررسی کرد.

۱- مدیریت موقعیت راهبردی عراق: عراق به دلیل موقعیت ژئوپلیتیکی خاص خود، پلی میان ایران، سوریه و منطقه خلیج‌فارس محسوب می‌شود. این کشور همچنین در تقاطع مسیرهای تجاری و انرژی قرار دارد. حضور آمریکا در عراق، علاوه بر نظارت بر تحولات داخلی این کشور، ابزاری برای کنترل نفوذ ایران و نظارت بر ارتباطات زمینی میان تهران و دمشق است.

۲- فشار برای محدود کردن نفوذ ایران: یکی از اهداف کلیدی سفرهای مقامات آمریکایی، کاهش نفوذ ایران در عراق است. در هرصورت شیاع‌السودانی قرابت‌هایی با تهران دارد و آمریکا از طریق فشار دیپلماتیک و اقتصادی بر دولت عراق، تلاش می‌کند سیاست‌های بغداد را از تهران جدا نگه دارد. به همین دلیل، موضوعاتی مثل کنترل الحشدالشعبی و نظارت بر صادرات انرژی و تبادلات مالی میان ایران و عراق، در اولویت این سفرها قرار دارد.

۳- بازتعریف سیاست حضور نظامی: حضور نظامی آمریکا در عراق یک موضوع حساس و چندبعدی است. از یک‌سو، آمریکا با کاهش نیروهای نظامی‌اش در عراق پس از سال ۲۰۱۱ تلاش کرد به فشارهای داخلی و بین‌المللی برای خروج از جنگ‌های خاورمیانه پاسخ دهد. اما از طرف دیگر، با احساس از داعش در سال ۲۰۱۴ و راه‌انداختن تهدیدهای امنیتی دیگر، زمینه بازگشت دوباره نیروهای آمریکایی در قالب ائتلاف بین‌المللی را فراهم کرد. حالا هم با سقوط دولت بشار در سوریه، آمریکا تلاش دارد با تمرکز بر نقش به‌اصطلاح مشاور، بهانه‌ای برای حفظ نیروهای باقی‌مانده فراهم کند، اما واقعیت این است واشنگتن می‌خواهد از پایگاه‌هایش در عراق (مثل عین‌الاسد و حریر) برای اهداف منطقه‌ای دیگر مانند نظارت بر ایران و احیاناً همراهی عمیق‌تر با حاکمان جدید دمشق استفاده کند. چه بسا آمریکایی‌ها حتی تلاش کنند در چارچوب این سفرها عراقی‌ها را به سرنوشتی مشابه سوریه حساس کنند تا بتوانند امتیازات سیاسی مورد نظرشان را دریافت کنند.

۴- رقابت با چین و روسیه: عراق به یک میدان جدی رقابت میان قدرت‌های جهانی تبدیل شده است. سفرهای مقامات آمریکایی بخشی از تلاش‌ها برای ممانعت از گسترش نفوذ چین و روسیه است.

چین از طریق پروژه‌های زیرساختی و توافق‌نامه‌های اقتصادی، به‌ویژه در چارچوب «ابتکار یک کمربند، یک جاده» به دنبال تقویت روابط خود با عراق است. حضور پررنگ شرکت‌های چینی در پروژه‌های نفت و گاز عراق و سرمایه‌گذاری در بازسازی زیرساخت‌ها تهدیدی برای نفوذ اقتصادی آمریکا به‌شمار می‌آید. سفرهای آمریکایی‌ها اغلب شامل پیشنهادهای اقتصادی و سرمایه‌گذاری جایگزین برای مقابله با حضور چین است. روسیه هم از طریق همکاری نظامی و فروش تجهیزات به ارتش عراق، به‌ویژه در جنگ علیه داعش، موقعیت خود را تقویت کرده است. قراردادهای تسلیحاتی عراق با روسیه از جمله خرید سامانه‌های پدافندی مانند اس ۴۰۰، نگرانی‌های جدی برای واشنگتن ایجاد کرده است. سفرهای مقامات آمریکایی با هدف متقاعد کردن بغداد برای محدود کردن همکاری‌های نظامی با مسکو انجام می‌شود با همین نگاه آمریکایی‌ها در سفرهای خود معمولاً از ابزارهایی مانند کمک‌های مشروط یا تهدید به تحریم برای کاهش همکاری عراق با چین و روسیه استفاده می‌کنند. برای مثال، تهدیدهای مکرر درباره اعمال تحریم در صورت خرید اسلحه روسی، یکی از ابزارهای واشنگتن است.

۵- مدیریت روابط در چارچوب امنیت منطقه‌ای: آمریکا تلاش دارد سفرهای مقاماتش به عراق را در قالبی گسترده‌تر، تلاش برای «تأمین امنیت منطقه‌ای» جلوه دهد. درواقع، واشنگتن تلاش می‌کند با افزایش نفوذ بر بغداد، نقش خود در ایجاد تهدیداتی مثل گسترش داعش یا نفوذ بازیگران جدید مانند ترکیه و حتی عربستان سعودی در مسائل امنیتی عراق را مهم‌تر جلوه دهد.

۶- حفظ نفوذ اقتصادی: آمریکا به دنبال تقویت نفوذ اقتصادی در عراق، به‌ویژه در حوزه انرژی است. با وجود کاهش حضور نظامی، شرکت‌های آمریکایی در بخش نفت و گاز عراق نقش مهمی دارند. این سفرها معمولاً به‌منظور تضمین منافع اقتصادی و اطمینان از ادامه قراردادهای کلان با شرکت‌های آمریکایی انجام می‌شود.

۷- پیام ویژه به گروه‌های مقاومت: سفرهای مقامات آمریکایی معمولاً با پیام‌های غیرمستقیم به گروه‌های مقاومت عراقی همراه است. این گروه‌ها که پس از شهادت سردار قاسم سلیمانی و ابومهدی المهندس خواستار اخراج نیروهای آمریکایی از عراق شده‌اند، تهدیدی جدی برای سیاست‌های واشنگتن محسوب می‌شوند. سفر مقامات نظامی و سیاسی آمریکا عمدتاً به‌عنوان پیام‌های روانی به گروه‌های مقاومت تعبیر می‌شود. این پیام به‌طور ضمنی اعلام می‌کند واشنگتن بلوچود فشارها، قصد ترک کامل عراق را ندارد.

جریان مقاومت توانسته با روشنگری و تفهیم مردم و از طریق پارلمان عراق مصوبه‌ای برای خروج نیروهای خارجی تصویب کند. سفرهای مقامات آمریکایی گاهی به‌منظور کاهش تنش‌ها یا جریان‌های سیاسی شیعه یا یافتن راه‌حل‌های میانه برای حفظ حضور نظامی انجام می‌شود این سفرها همچنین اغلب پیام مستقیمی به ایران نیز دارد. آمریکا می‌خواهد نشان دهد نفوذش در عراق بلوچود حضور گروه‌های تحت حمایت ایران همچنان حفظ شده و واشنگتن می‌تواند در برابر فشارها مقاومت کند. بنابراین می‌توان تأکید کرد سفر مقامات آمریکایی به عراق، فراتر از یک تعامل دیپلماتیک ساده است و بیشتر جنبه‌ای از سیاست‌های پیچیده واشنگتن در قبال منطقه دارد. این سفرها همزمان نشان‌دهنده تلاشی برای مهار نفوذ رقبای آمریکا، حفظ منافع اقتصادی و نظامی و همچنین مدیریت تحولات سیاسی داخلی عراق است. نتیجه این سیاست‌ها اما به عوامل مختلفی مانند واکنش گروه‌های داخلی عراق، تغییرات در سیاست منطقه‌ای ایران و همچنین رقابت‌های جهانی بستگی دارد.

مهدی زارع

مکث

تحریر الشام به تشکیلات خودگردان تبدیل می‌شود؟

فروپاشی نظام سیاسی سوریه، منطقه را به عرصه تاخت و تازهای جدید رژیم‌صهیونیستی تبدیل کرده است. اگر ترکیه از ادلب تا دمشق تاخت تلاش برای تبدیل آن به سکویی برای توسعه طمع‌ورزی‌ها، غرب آسیا را در آستانه تحولات ناگزیر و سهمگین‌تری نسبت به گذشته قرار داده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فرهیختگان، فروپاشی نظام سیاسی سوریه، منطقه را به عرصه تاخت و تازهای جدید رژیم‌صهیونیستی تبدیل کرده است. اگر ترکیه از ادلب تا دمشق تاخت، رژیم‌صهیونیستی از سمت جنوب به پایتخت سوریه رسیده است. تکه‌تکه کردن یک کشور مستقل و تلاش برای تبدیل آن به سکویی برای توسعه طمع‌ورزی‌ها، غرب آسیا را در آستانه تحولات ناگزیر و سهمگین‌تری نسبت به گذشته قرار داده است.

این مهلت صهیونیست‌ها همچنان در برخی نواحی جنوب این کشور حضور نظامی خود را حفظ می‌کنند. با اضافه شدن سوریه به این جبهه‌ها، تل‌آویو دو کشور مستقل و دو قطعه را در سرزمین‌های فلسطین اشغالی را هدف جنگ‌افروزی مستقیم قرار داده است. آن‌ها در روزهای اخیر ادعا کرده‌اند درصدد ضربه‌ای موثر به یمن هم هستند.

عملکرد تحریر الشام در برابر تجاوزات رژیم به خاک سوریه، همان عملکرد «تشکیلات خودگردان فلسطینی» در برابر اقدامات مشابه تل‌آویو در کرانه باختری است. در کرانه باختری، این منطقه به نواحی گوناگونی تقسیم شده که در هرکدام، سیستم متفاوتی حاکم است. در برخی نواحی اداره امنیتی و مدنی هردو با صهیونیست‌هاست در نواحی دیگری اداره امنیتی با صهیونیست‌ها و اداره مدنی با تشکیلات خودگردان است و در تعداد معدودی از مناطق، اداره هردو امور برعهده تشکیلات خودگردان قرار داده شده یا این حال مدیریت نظامی سراسر منطقه ازجمله در هوا و مرزها با تل‌آویو است. آنچه در این منطقه رخ می‌دهد، تجاوزهای گاهوبیگاه صهیونیست‌ها به مناطق فلسطینی‌نشین و همکاری دستگاه‌های امنیتی تشکیلات خودگردان با آنها برای سرکوب گروه‌های مقاومتی است به نظر می‌رسد تحریر الشام نیز در سوریه قرار است همان وظایف و وضعیت تشکیلات خودگردان را داشته باشد.

ترکیه موضع‌گیری معناداری در خصوص تجاوزات و پیشروی‌های رژیم‌صهیونیستی در خاک سوریه نداشته است. این درحالی است که آنکارا به‌عنوان حامی جبهه‌التحریر خود را دارای نفوذ در سوریه می‌داند. ترکیه برای نشان دادن حسن‌نیت می‌تواند و باید اقدامات علیه رژیم ترتیب دهد. محکومیت توسعه اشغالگری رژیم‌صهیونیستی در سوریه و استفاده از تون دیپلماتیک برای برگزاری نشست اضطراری سازمان کنفرانس اسلامی و شورای امنیت ازجمله این اقدامات است. ترکیه همچنین می‌تواند فورا به تقویت نظامی سوریه پرداخته و پیشروی رژیم را متوقف کند. گام بعدی آنکارا در یک ورزشگاه که مملو از هواداران خانم است هرگز پا به زمین مسابقه نگذاشته‌اند.

احتمالا این مسابقه یا تابه‌های گسترده‌ای هم در شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های خارجی خواهد داشت. البته یکی دیگر از مسائلی که این روزها به آن اشاره می‌شود، این است که آیا یافون می‌تواند ظرفیت ۷۵ هزار نفری ورزشگاه نقش جهان را پر کند؟ آن هم در حالی که اکثر سکوها متعلق به سپاهانی‌ها خواهد بود. گفته می‌شود باشگاه سپاهان در این خصوص برنامه‌هایی ویژه‌ای دارد و می‌خواهد تمام ظرفیت مربوط به تیم خود را تکمیل کند.

روز دوشنبه بازیکنان و اعضای دو تیم نباید فراموش کنند در یک مسابقه ویژه قرار دارند و باید از بسیاری رفتارها و اتفاقات که شاید جو ورزشگاه را تحت تأثیر قرار دهد، خودداری کنند. فراموش نکنید این مسابقه می‌تواند تاریخی شود. فرصتی برای قدم برداشتن به سوی فرهنگ‌سازی بیشتر و ارتقای فضای فرهنگی ورزشگاه‌ها.

بسیاری هنوز در ایران مخالف سرسخت حضور یافون در ورزشگاه‌ها هستند. این مسابقه شبیه به یک شمشیر دو لبه است. شاید بهانه‌ای مجدد به مخالفان همیشگی حضور یافون در ورزشگاه‌ها بدهد و شاید لایت کند و ورزشگاه فوتبال در ایران با حضور یافون به فضایی بهتر، مناسب‌تر و فرهنگی‌تری تبدیل می‌شود. روز دوشنبه همه نگاه‌ها علاوه بر زمین فوتبال و اتفاقات آن، به سکوها هم خواهد بود.

دیدگاه

لذت‌هایی که اینستاگرام از ما گرفت

تمایل بیش از اندازه برای عکاسی و فیلم‌برداری از همه لحظه‌ها و به اشتراک گذاشتن آن در اینستاگرام می‌تواند تبعاتی داشته و حتی سلامت روان افراد را به خطر بیندازد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اینستاگیز، قدیم ترها که اینستاگرامی نبود که بتوانیم در لحظه همه چیز را به اشتراک بگذاریم، آدم‌ها به سفر می‌رفتند که از طبیعت استفاده کنند، تجربه‌های جدید به دست بیاورند و خاطره بسازند.

پاییز که می‌شد، بیش از آن که به دنبال جایی برای عکاسی باشیم؛ تا نم بارانی می‌زد، زیر برگ‌ریزان درختان قدم می‌زدیم و از تماشای برگ‌های زرد و نارنجی لذت می‌بردیم.

اگر کافه و رستوران می‌رفتیم، از کنار هم غذا خوردن و وقت گذراندن لذت می‌بردیم.

لباس جدید نمی‌خریدیم که عکس‌های قشنگ‌تری برای به اشتراک گذاشتن داشته باشیم. جمع‌های دوستانه، خنده‌های حقیقی داشت نه لبخندهای تصنعی مقابل دوربین که بارها و بارها تکرار می‌کنیم تا در نهایت یک پست اینستاگرامی بالایک بیشتر داشته باشیم.

از روزی که صاحب رسانه شخصی شدیم، توانستیم لحظه‌های خوب زندگی خود را به اشتراک بگذاریم و لحظه‌های خوب زندگی دیگران سرک بکشیم، دیگر لحظه‌ها مثل قبل لذت‌بخش نیستند و قبل از هر چیزی به عکاسی، فیلم‌برداری و به اشتراک گذاشتن لحظه‌ها فکر می‌کنیم.

رقابت عجیبی که امروز در فضای اینستاگرام برای هرچه بیشتر به اشتراک گذاشتن زندگی شکل گرفته، شرایطی را به وجود آورده که افراد مدام سعی می‌کنند بهترین نسخه از خودشان را به نمایش بگذارند تا تائید بیشتری بگیرند.

ایجاد فرصتی برای کسب درآمد هم به افزایش این رقابت در افراد دامن زده است اما آیا این رقابت می‌تواند سلامت روان ما به خطر بیاندازد؟

بهناز کرمی روانشناس و استاد دانشگاه در این خصوص به اینستاگیز گفت: از گذشته تاکنون انسان‌ها تمایل داشتند که لحظه‌های خوب زندگی را ثبت کنند در دوره‌ای این کار را با نقاشی و حالا با استفاده از عکس و فیلم انجام می‌دهند. بنابراین ذات این موضوع اتفاق بدی نیست اما امروز در دسترس بودن ابزارهای مختلف باعث شده تا برخی در ثبت لحظه‌ها و به اشتراک گذاشتن آن‌ها افراط کنند.

وی با بیان اینکه افراط در به نمایش گذاشتن لحظه‌ها بیماری عسر امروز است، افزود: هرچه از حد تعادل بگذرد و نامتعارجی اجتماعی به دنبال داشته باشد، به بیماری تبدیل می‌شود. امروز شرایط طوری شده که انگار آدم‌ها در حال رقابت برای هرچه بیشتر به اشتراک گذاشتن زندگی خود هستند. سرمایه‌داران بزرگ این عرصه هم برای کسب سود بیشتر هر روز ابزارهای بیشتری در اختیار بشر می‌گذارند.

کرمی توضیح داد: گاهی افراد این کار را در راستای مطالع شدن از ذهنیت دیگران انجام می‌دهند چراکه با اشتراک گذاشتن تصاویر و فیلم‌ها به دیگران فرصت می‌دهیم که نظرشان را بدهند! البته این افراد بیشتر به دنبال تائید گرفتن از دیگران هستند و اعتماد به نفس ضعیفی دارند.

وی ادامه داد: یکی از تبعات روانی زندگی به این سبک، ابتلا به اختلال شخصیت نمایشی است. چنین افرادی زندگی را شبیه به تئاتر می‌بینند و سعی دارند که به بهترین شکل خود را برای دیگران به‌نمایش بگذارند.

روانشناس توضیح داد: یکی دیگر از تبعات روانی آن ابتلا به اختلال خودشیفتگی است. این افراد نیاز به تائید دیگران دارند و معمولا از کمبودهای عاطفی رنج می‌برند. افرادی که مدام خود را در معرض نمایش قرار می‌دهند، حتما دچار این اختلال می‌شوند.

وی افزود: چنین افرادی نمایش را به هر ارزش اخلاقی ترجیح می‌دهند و از زندگی واقعی فرار می‌کنند. این افراد به شکلی تصنعی شاد هستند و می‌خواهند دیگران باور کنند که آن‌ها لحظات شادی دارند.

کرمی توضیح داد: کشور دانمارک اخیرا تحقیقاتی در این باره انجام داده و نتیجه تحقیقات نشان داده، افرادی که کمتر در شبکه‌های اجتماعی حضور داشته و زندگی خود را به اشتراک می‌گذارند، زندگی شادتر و آرام‌تری دارند.

وی ادامه داد: علاوه بر این بیشتر کسانی سراغ به نمایش گذاشتن افراطی زندگی خود می‌روند که به سایرانی‌ها به برقراری ارتباط با دیگران به خوبی برآورده نشده و سعی می‌کنند که از این طریق نیاز خود را برطرف کنند.

روانشناس با بیان اینکه اختلال کمالگرایی افراطی هم یکی از تبعات فعالیت بیش از اندازه در شبکه‌های اجتماعی است، گفت: در این شرایط فرد از هیچ موقعیتی رضایت ندارد و نمی‌تواند در لحظه از زندگی لذت ببرد. اعتماد به نفس این افراد به شدت پایین است چراکه نگران هستند به اندازه کافی خوب نباشند.

وی ادامه داد: ریشه مجموع این اختلالات از اضطراب نشات می‌گیرد و افرادی که مدام خود را در معرض دید دیگران قرار می‌دهند، استرس دارند که مورد تائید قرار بگیرند.

کرمی توضیح داد: حضور بیش از اندازه در این فضا باعث می‌شود که افراد مدام زندگی خود را با دیگران مقایسه کنند و کم کم دیگر از شخصیت واقعی خود فاصله می‌گیرند و سعی می‌کنند در این رقابت پیروز شوند. تنهایی و افسردگی یکی از تبعات روانی این موضوع است چراکه آرامش فکری خود را از دست می‌دهند.

برش

ورود آقایان ممنوع!

روز دوشنبه در اتفاقی تاریخی، یافون می‌تواند روی سکوهایی بنشینند که هر بازی در تصرف آقایان است. در حالی که کل ورزشگاه مملو از تماشاگر خانم خواهد بود، یک بازی فوتبال مردان قرار است برگزار شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همدلی، بازی روز دوشنبه سپاهان و پرسپولیس را فقط یافون می‌توانند تماشا کنند. در طول سالیان اخیر بارها و بارها آرای عجیب از سوی کمیته انضباطی دیده‌ایم، ولی شاید جالب‌ترین آن‌ها مربوط به دیدار پرسپولیس و سپاهان باشد. پرسپولیس و سپاهان در دیداری که به الکلاسیکوی فوتبال ایران شهره است، روز دوشنبه از ساعت ۱۵:۱۵ در ورزشگاه نقش جهان اصفهان به مصاف هم می‌روند.

جنجال‌های فصل گذشته باعث شد کمیته انضباطی ۱۸ اردیبهشت ماه سال ۱۴۰۳ یک رأی قابل توجه را صادر کند.

در این رأی آمده بود: «رسانه‌های رسمی دو باشگاه ملزم هستند از یکدیگر عذرخواهی کنند و علاوه بر آن، هر دو بازی رفت و برگشت این دو تیم در لیگ سال آینده، در شرایطی برگزار خواهد شد که آقایان حق حضور در ورزشگاه را ندارند و فقط یافون می‌توانند بازی تیم محبوب خود را از نزدیک تماشا کنند».

زمانی که این رأی صادر شد، بسیاری اعتقاد داشتند این رأی بیشتر نمادین است و به زودی تغییر خواهد کرد. خیلی‌ها هم آن را یک مورد تاریخی می‌دانستند، چون این مسابقه می‌تواند به اولین دیدار فوتبال آقایان تبدیل شود که فقط یافون می‌توانند به عنوان تماشاگر در آن حضور داشته باشند. یا این حال زمان گذشت و گذشت و این رأی تغییری نکرد؛ حتی طی روزهای اخیر باشگاه سپاهان در تلاش بود با ارائه دفاعیات این رأی را بشکند و لغو موفق به انجام این کار نشد و رأی هیچ فرقی نکرد.

یا این حال می‌توانیم این اتفاق را به فال نیک بگیریم. تا همین چند سال پیش یافون حق حضور در ورزشگاه‌ها را نداشتند؛ آن هم در حالی که این موضوع جزو اولین حقوق آن‌ها محسوب می‌شد؛ حتی وقتی شرایط برای حضور یافون فراهم شد، جایگاه‌های کوچک و محدودی برای آن‌ها در نظر گرفته شد. اگر بخواهیم حتی یک نگاه گذرا هم به اتفاقات سالیان اخیر داشته باشیم، متوجه می‌شویم حق یافون فوتبالی ایران بسیار بیشتر از این حرف‌هاست.

بازی مردانه با نگاه زنانه

حالا روز دوشنبه در اتفاقی تاریخی، یافون می‌توانند روی سکوهایی بنشینند که هر بازی در تصرف آقایان است. در حالی که کل ورزشگاه مملو از تماشاگر خانم خواهد بود، یک بازی فوتبال مردان قرار است برگزار شود.

احتمالا برای بازیکنان هم شرایط ویژه‌ای خواهد بود؛ حتی بازیکنان خارجی فوتبال ایران که سال‌ها در کشورهای مختلف حضور داشته‌اند نیز احتمالا در یک ورزشگاه که مملو از هواداران خانم است هرگز پا به زمین مسابقه نگذاشته‌اند.

احتمالا این مسابقه یا تابه‌های گسترده‌ای هم در شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های خارجی خواهد داشت. البته یکی دیگر از مسائلی که این روزها به آن اشاره می‌شود، این است که آیا یافون می‌توانند ظرفیت ۷۵ هزار نفری ورزشگاه نقش جهان را پر کنند؟ آن هم در حالی که اکثر سکوها متعلق به سپاهانی‌ها خواهد بود. گفته می‌شود باشگاه سپاهان در این خصوص برنامه‌هایی ویژه‌ای دارد و می‌خواهد تمام ظرفیت مربوط به تیم خود را تکمیل کند.

روز دوشنبه بازیکنان و اعضای دو تیم نباید فراموش کنند در یک مسابقه ویژه قرار دارند و باید از بسیاری رفتارها و اتفاقات که شاید جو ورزشگاه را تحت تأثیر قرار دهد، خودداری کنند. فراموش نکنید این مسابقه می‌تواند تاریخی شود. فرصتی برای قدم برداشتن به سوی فرهنگ‌سازی بیشتر و ارتقای فضای فرهنگی ورزشگاه‌ها.

بسیاری هنوز در ایران مخالف سرسخت حضور یافون در ورزشگاه‌ها هستند. این مسابقه شبیه به یک شمشیر دو لبه است. شاید بهانه‌ای مجدد به مخالفان همیشگی حضور یافون در ورزشگاه‌ها بدهد و شاید لایت کند و ورزشگاه فوتبال در ایران با حضور یافون به فضایی بهتر، مناسب‌تر و فرهنگی‌تری تبدیل می‌شود. روز دوشنبه همه نگاه‌ها علاوه بر زمین فوتبال و اتفاقات آن، به سکوها هم خواهد بود.

۶ ماده غذایی برای درمان طبیعی سرماخوردگی